



МИНИСТЕРСТВО ФИНАНСОВ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Казанский федеральный
УНИВЕРСИТЕТ



Личный финансовый дневник

*планирование ваших
доходов и расходов*



Брошюра разработана ФГАОУ «Казанский (Приволжский) федеральный университет» по заказу Министерства финансов Российской Федерации в ходе реализации совместного Проекта Российской Федерации и Международного банка реконструкции и развития «Содействие повышению уровня финансовой грамотности населения и развитию финансового образования в Российской Федерации» в Республике Татарстан» в рамках выполнения контракта № FEFLP-Tat/CQS-7 «Разработка, апробация и реализация образовательного курса по финансовой грамотности для военнослужащих, проходящих службу на территории Республики Татарстан».

.

О ДНЕВНИКЕ

Необходимым условием обеспечения финансового благополучия граждан (семей) является постоянное управление личными финансами, важнейшей основой которого является **финансовое планирование**.

Основным документом, предоставляющим необходимую информацию, является **личный (семейный) финансовый дневник**.

Преимущества ведения финансового дневника:

1) формирование общей картины доходов и расходов семьи, что позволяет:

- контролировать расходы, их структуру, выявить стихийные затраты, которые чаще всего являются нерациональными;

- изыскивать возможности для экономии средств;

- учесть всю сумму доходов - основы, от которой стоит отталкиваться в своих возможностях на планируемые затраты семьи;

- определить резервы для будущих накоплений;

2) планирование крупных покупок и путешествий. Динамика основных затратных статей позволяет спланировать в определенном периоде крупные мероприятия за счет накопленных ранее средств;

3) повышение финансовой дисциплинированности каждого члена семьи.

Кто должен заполнять дневник? Вести дневник должны все члены семьи. Это можно поручить одному члену семьи, если он совершает большинство ежедневных затрат.

Как долго заполнять дневник? Дневник рассчитан на полгода, но важную для анализа информацию дают уже первые один-два месяца. Вам понадобится не более получаса в день.

Если хочешь быть богатым,
нужно быть финансово грамотным.
Роберт Кийосаки

«___» _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Если хотите быть богатым, научитесь
не только зарабатывать, но и быть экономным.
Бенджамин Франклин

« ___ » _____ 20 ____

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Задуматься о своих деньгах один день в месяц важнее,
чем тридцать дней их зарабатывать.

Джон Рокфеллер

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Нажить много денег — храбрость; сохранить их — мудрость,
а умело расходувать их — искусство.

Бертольд Авербах

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

РАСХОДЫ

<i>Расходы</i>	Сумма		Примечание
	наличные	карта	
✓ Коммунальные платежи			
✓ Телевидение, интернет, телефон			
✓ Плата за съемное жилье			
✓ Кредит			
✓ Возврат долга			
Основные:			
✓ Продукты			

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Если хочешь быть богатым,
нужно быть финансово грамотным.
Роберт Кийосаки

«___» _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Если хотите быть богатым, научитесь
не только зарабатывать, но и быть экономным.
Бенджамин Франклин

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

РАСХОДЫ

<i>Расходы</i>	Сумма		Примечание
	наличные	карта	
✓ Коммунальные платежи			
✓ Телевидение, интернет, телефон			
✓ Плата за съемное жилье			
✓ Кредит			
✓ Возврат долга			
Основные:			
✓ Продукты			

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Задуматься о своих деньгах один день в месяц важнее,
чем тридцать дней их зарабатывать.

Джон Рокфеллер

«___» _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Нажить много денег — храбрость; сохранить их — мудрость,
а умело расходувать их — искусство.

Бертольд Авербах

« ___ » _____ 20 ____

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

РАСХОДЫ

<i>Расходы</i>	Сумма		Примечание
	наличные	карта	
✓ Коммунальные платежи			
✓ Телевидение, интернет, телефон			
✓ Плата за съемное жилье			
✓ Кредит			
✓ Возврат долга			
Основные:			
✓ Продукты			

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Если хочешь быть богатым,
нужно быть финансово грамотным.
Роберт Кийосаки

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Если хотите быть богатым, научитесь
не только зарабатывать, но и быть экономным.
Бенджамин Франклин

« ___ » _____ 20 ____

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Задуматься о своих деньгах один день в месяц важнее,
чем тридцать дней их зарабатывать.

Джон Рокфеллер

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Нажить много денег — храбрость; сохранить их — мудрость,
а умело расходувать их — искусство.

Бертольд Авербах

« ___ » _____ 20__

ДОХОДЫ

Источники	Запланировано		Фактически		Примечание
	наличные	карта	наличные	карта	
<i>Основной</i>					
<i>Дополнительный</i>					

✓ Транспорт			
✓ Товары для дома			
✓ Дети (садик, школа, институт)			
✓ Медицина (здоровье)			
✓ Одежда, обувь			

✓ Домашние питомцы			
✓ Красота (парикмахерская, косметика, средства гигиены)			
✓ Хобби, спорт, развлечения			
<i>Непредвиденные расходы</i>			
<i>Котилка (сбережения)</i>			
Итого сумма за месяц:			

ПОДВОДИМ ИТОГИ ЗА МЕСЯЦ!

ДОХОДЫ	РАСХОДЫ	РАЗНИЦА

Методы сбережения денег:

1. **Откладывать 10-30% своих ежемесячных доходов.** Лучше если сразу перевести деньги на отдельный счет. Рекомендации финансовых консультантов:

- ✓ Откладывать средства сразу после их получения;
- ✓ Использовать отдельный депозитный счет с возможностью пополнения, но без возможности снятия;
- ✓ Провести анализ собственных семейных расходов, попытаться выявить расходы, которые можно безболезненно сократить;
- ✓ Процесс накопления не должен создавать психологических неудобств (нельзя себе отказывать буквально во всем)

2. **Метод «Шесть кувшинов».** Его смысл в том, что каждый месяц вы распределяете деньги по шести кувшинам, каждый из которых предназначен для определённых трат.

Кувшин 1: расходы на самое необходимое (55% от вашего бюджета). Деньги, лежащие в этом кувшине, предназначены для расходов на повседневные нужды и для оплаты счетов. Сюда включается следующее: плата за аренду, ипотеку, коммунальные услуги, питание, транспорт, одежду, траты на медицинское обслуживание, оплата налогов и так далее.

Кувшин 2: расходы на развлечения (10% от вашего бюджета). Деньги из этого кувшина можно потратить на то, чтобы побаловать себя. Вы можете сделать массаж или купить билеты в кино, театр и так далее. Этими деньгами вы можете распоряжаться так, как пожелаете.

Кувшин 3: сбережения (10% от вашего бюджета). Это ваш личный «золотой запас», ключ к финансовой независимости. Деньги, которые находятся в этом кувшине, должны использоваться для инвестиций, они обеспечивают вам получение пассивного дохода. Вы не должны тратить эти деньги до тех пор, пока не получите прибыль от ваших инвестиций. Но даже в этом случае вы тратите не сам «золотой запас», а именно деньги, которые он вам приносит.

Кувшин 4: расходы на образование (10% от вашего бюджета). Деньги из этого кувшина следует тратить на оплату учёбы, а также на самообразование. Вкладывайте деньги в своё развитие. Вы сами — это ваше самое ценное вложение, никогда не забывайте об этом. Вы можете потратить эти деньги на книги, оплату курсов — словом, на всё, что поможет вам развить свои навыки и способности.

Кувшин 5: резервный фонд (10% от вашего бюджета). В этом кувшине вы копите на крупные расходы, например на технику, автомобиль, отдых и так далее. Необходимо ежемесячно пополнять этот кувшин, так как он залог вашей финансовой стабильности и уверенности в завтрашнем дне.

Кувшин 6: расходы на подарки и благотворительность (5% от вашего бюджета). Используйте деньги из этого кувшина на подарки близким или на благотворительность. Вы можете пожертвовать деньги детскому дому, приюту для животных или просто помочь нуждающимся.

Как экономить деньги:

- Откладывайте мелкие купюры.
- Готовьте еду сами
- Рассчитайтесь с долгами и кредитами.
- Составляйте список покупок.
- Продайте ненужные вещи.
- Откажитесь от вредных привычек.
- Отключите ненужные услуги телевидения и интернета.
- Не носите лишних денег.
- Установите счетчики.
- Пользуйтесь акциями, скидками и бонусами.



На чем не следует экономить:

- На качественных и свежих продуктах. Правильное питание — один из важнейших факторов поддержания здоровья. Поэтому вы экономите как минимум на лечении.
- На хорошей одежде и обуви. Здесь действует принцип «Я не настолько богат, чтобы покупать дешёвые вещи». Качественный товар служит дольше.
- На путешествиях и отдыхе. Смена обстановки — хороший способ полноценно отдохнуть и повысить работоспособность. А значит, и больше зарабатывать.
- На собственном развитии.